

# 2 Mistrzostwa Szkoły on-line „Czwórbój sprawnościowy”



## Drodzy uczniowie!!!

Za nami pierwszy turniej on-line, który pozwolił wyłonić najlepszych w szkole w skakaniu na skakance. Tym razem proponujemy Wam kolejną rywalizację, która będzie składała się z 4 konkurencji zwaną czwórbojem sprawnościowym. Rywalizować będziecie w 2 kategoriach: dziewcząt i chłopców w następujących dyscyplinach:

1. **Skoki na skakance** - wykonanie jak największej ilości podskoków w ciągu 10 sekund.
2. **Skok w dal z miejsca** - zaznaczenie linii początkowej, wykonanie skoku w dal z miejsca, zmierzenie stopami odległości wykonania skoku.
3. **Kręcenie papierem toaletowym wokół bioder** - wykonanie jak największej ilości okrążeń papieru wokół bioder w ciągu 10 sekund.
4. **Żonglowanie 2 ziemniakami** - wykonanie jak największej ilości przełożeń 2 ziemniaków z ręki do ręki w ciągu 10 sekund.

Swoje najlepsze wyniki z 4 konkurencji przesyłacie na **TEAMSA** (klikając w przesłany do Was link wypełniacie przygotowany formularz) w terminie do 4 grudnia do godz.16. Pamiętajcie przesyłać komplet wyników, gdyż link do wystania działa tylko jeden raz. Tam będzie prowadzony bieżący ranking najlepszych wyników w dwóch kategoriach: dziewcząt i chłopców. Po tym terminie 4 najlepszych z Was będzie poproszonych o przesłanie swoich 4 krótkich filmików z najlepszymi próbami w celu weryfikacji uzyskanych wyników. **Nagrody:** trzech uczniów z największą liczbą punktów z czterech konkurencji w kategorii dziewcząt i chłopców otrzyma po powrocie do szkoły oraz przesłany pocztą pamiątkowy dyplom, a także dodatkową ocenę celującą z wychowania fizycznego.



**Wszystkim podejmującym wyzwanie życzymy  
powodzenia! Niech wygra najlepszy!**